Concentración de alcohol en la sangre (BAC)[1]	Efectos típicos	Efectos predecibles al conducir
.02%	■ Cierta pérdida de la capacidad de juicio ■ Relajación ■ Leve sensación de calor en el cuerpo ■ Alteración del estado de ánimo	■ Disminución de las funciones visuales (rápida trayectoria de un objeto en movimiento) ■ Disminución de la capacidad para realizar dos cosas al mismo tiempo (atención dividida)
.05%	■ Comportamiento exagerado ■ Puede mostrar pérdida de control sobre los músculos pequeños (por ejemplo, enfocar los ojos) ■ Deterioro de la capacidad de juicio ■ Usualmente sentimiento alegre ■ Disminución del estado de alerta ■ Pérdida de las inhibiciones	■ Disminución de la coordinación ■ Habilidad reducida para seguir objetos en movimiento ■ Dificultad para maniobrar el volante ■ Respuesta reducida para afrontar situaciones de emergencia mientras se conduce un vehículo
.08%	■ La coordinación muscular se hace deficiente (por ejemplo, equilibrio, habla, visión, tiempo de reacción y audición) ■ Es más difícil detectar los peligros ■ El criterio, el auto-control, el razonamiento y la memoria se ven afectados	■ Concentración ■ Pérdida de la memoria de corto plazo ■ Control de la velocidad ■ Se reduce la capacidad de procesar información (habilidad de ver avisos o señales) ■ Deterioro de la percepción
.10%	■ Deterioro evidente del control y del tiempo de reacción ■ Dificultad para hablar, deficiencia de la coordinación y lentitud para pensar	■ Habilidad reducida para mantenerse en la misma línea de la carretera y para frenar en forma adecuada
.15%	■ Mucho menos control muscular que lo normal ■ Puede presentarse vómito (a menos que se llegue a este nivel en forma lenta o a que la persona ha adquirido una tolerancia al alcohol ■ Pérdida mayor del equilibrio	■ Incapacidad sustancial para controlar el vehículo, prestar atención a las tareas de conducción y procesar las informaciones visuales y auditivas necesarias

[1]La información contenida en esta tabla enseña el nivel del contenido de alcohol en la sangre donde usualmente afecta y puede ser observado, y ha sido recopilado de distintas fuentes informativas incluyendo la Administración Nacional de Seguridad del Tráfico en las Carreteras, el Instituto Nacional en Abuso de Alcohol y Alcoholismo, la Asociación Americana de Médicos, la Comisión Nacional en Contra de Conductores en Estado de Ebriedad, y www.webMD.com.

de un solo vehículo que los conductores con un contenido de alcohol en la sangre de cero. Este mismo riesgo es 52 veces mayor entre los hombres jóvenes.

Todos los estados han aprobado leyes que hacen que sea ilegal el conducir con una concentración de alcohol en la sangre de .08 o mayor. En algunos casos es posible de que el conductor sea arrestado aun con un nivel de contenido de alcohol en la sangre por debajo de .08, cuando un policía tiene causas de sospecha debido a la conducta del conductor.

La siguiente tabla contiene algunos de los síntomas más comunes que las personas exhiben según los diversos niveles de concentración de alcohol en la sangre y los probables efectos que tienen en la habilidad para conducir.

P: ¿Qué puedo hacer para no correr peligro si tengo pensado tomar alcohol?

R: Si tiene pensado tomar alcohol, debe entonces hacer planes para no conducir. Siempre debe:

- Seleccionar como conductor designado a un amigo que no tome
- Preguntar con anticipación si se puede quedar a dormir en la casa del anfitrión de la fiesta
- Pedir un taxi (es posible que en su comunidad haya el programa de Safe Rides que lo lleva gratis a la casa), y
- Usar siempre el cinturón de seguridad, porque esa es la mejor defensa que tiene contra los conductores que manejan en estado de ebriedad.

U.S. Department of Transportation
National Highway Traffic Safety Administration

DOT HS 809 865
April 2005

www.nhtsa.dot.gov
nhtsa
people saving people

Preguntas y respuestas sobre concentración de alcohol en la sangre ("BAC" por sus siglas en inglés)

Guía para entender la concentración de alcohol en la sangre y la forma en que el alcohol afecta las capacidades de la persona

www.nhtsa.dot.gov
nhtsa
people saving people

Guía para entender la concentración de alcohol en la sangre y la forma en que el alcohol afecta las capacidades de la persona

P: ¿Qué es la concentración de alcohol en la sangre "BAC" ("BAC" por sus siglas en ingles)?

R: La cantidad de alcohol que hay presente en el cuerpo de una persona es medida por el peso del alcohol en un volumen específico de sangre. A esto se le llama concentración (contenido) de alcohol en la sangre o "BAC".

El alcohol se absorbe rápidamente a través de las paredes del estómago y del intestino delgado y se puede medir entre 30 y 70 minutos después de que una persona ha tomado una bebida alcohólica.

P: ¿El tipo de alcohol que yo tomo puede afectar mi nivel de concentración de alcohol en la sangre?

R: ¡No! Una bebida alcohólica es como cualquier otra.

Un trago típico equivale cerca de una media onza de alcohol (.54 onzas, para ser exactos). Esa es la cantidad aproximada de alcohol que se encuentra en:

- un trago de licores destilados o
- una copa de vino de 5 onzas o
- una cerveza de 12 onzas.

P: ¿Qué afecta el nivel de la concentración de alcohol en la sangre?

R: La rapidez con la que aumenta la concentración de alcohol en la sangre en una persona varía de acuerdo a los siguientes factores:

- **La cantidad de bebidas que ha tomado**. Entre más tome, más alta será la concentración de alcohol en la sangre.
- **La rapidez con que toma.** Si consume alcohol rápidamente, usted alcanzará una concentración más alta de alcohol en la sangre que si lo hiciera durante un período más largo de tiempo.
- **Su sexo.** Las mujeres generalmente tienen menos agua y más grasa por libra de peso que los hombres. El alcohol no va hacia las células grasas tan fácilmente como lo hace con otras células y, por esta razón, el alcohol permanece en mayores cantidades en la sangre de las mujeres.
- **Su peso.** Entre mayor sea su peso, más agua tendrá su cuerpo. Esta agua diluye el alcohol y disminuye la concentración de alcohol en la sangre.
- **Comida en su estómago.** La absorción será más lenta si usted ha comido algo.

P: ¿Cuáles son los efectos que tienen otros medicamentos o drogas?

R: Si usted bebe alcohol mientras está tomando otros medicamentos, es posible que sienta un estado de ebriedad más rápido o que tenga un mayor efecto en sus capacidades, lo cual puede afectar su habilidad para conducir vehículos.

P: ¿Cuándo se considera que tengo las capacidades deterioradas?

R: Debido a los múltiples factores que afectan la concentración de alcohol en la sangre, es muy difícil evaluarse uno mismo el deterioro de sus capacidades o la presencia de esas concentraciones. Aun pequeñas cantidades de alcohol afectan el cerebro de la persona y la habilidad de manejar, las personas a veces juran que están "bien" después de varios tragos – pero en realidad, el fracaso de reconocer que el alcohol le deteriora las habilidades es un síntoma de estar incapacitado.

En niveles más bajos, el deterioro de las capacidades por el alcohol no son detectadas por otras personas, pero la persona que esta tomando se da cuenta vagamente cuando el mareo o "buzz" empieza. Probablemente una persona ya no estará en capacidad de conducir, aún antes de que se vea o de que se sienta "borracha".

P: ¿Cómo sabré si no estoy en capacidad de conducir y por qué me debo preocupar?

R: El alcohol disminuye gradualmente la habilidad que tiene una persona para conducir un vehículo en forma segura. Mientras más toma, más grande será el efecto. Al igual que la concentración de alcohol en la sangre, los síntomas de deterioro de capacidades varían de acuerdo a cada individuo.

Un conductor con un nivel de concentración de alcohol en la sangre de .08 a .10 tiene 11 veces mayor riesgo a involucrarse en choques